

Vzdělání a zkušenosti terapeuta

Magisterské vzdělání v oboru psychologie jsem ukončil v květnu 2016 na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy v Praze. V bakalářském stupni jsem v rámci studijního plánu studoval i základy několika speciálně-pedagogických disciplín. Ve své bakalářské a diplomové práci jsem se věnoval výzkumu snů. V červnu 2016 jsem absolvoval pětiletý výcvik ve skupinové integrativní psychoterapii akreditovaný Ministerstvem zdravotnictví, který organizoval Skálův institut v Praze. V únoru 2017 jsem dokončil kurz v telefonické krizové intervence pořádaný Linkou bezpečí. Dále jsem absolvoval několik odborných stáží na klinických i poradenských pracovištích. *Více informací najdete na webu www.miroslavsubrt.cz.*

Způsob práce

Můj způsob práce vyplývá z mého dosavadního vzdělání – pracuji tak, že kombinuji přístupy různých terapeutických směrů. Pracuji s klientem na základě ústní dohody o cílech a způsobu společné práce. Při práci se snažím pomoci klientovi s naplněním jeho potřeb, a proto se zajímám o to, co je pro klienta v danou chvíli důležité a čemu by se chtěl v terapii věnovat. Můj přístup se opírá o chápací a citlivé prozkoumávání toho, co klient vnímá jako tíživé, společně pak pracujeme na zavedení změn ve prospěch větší životní spokojenosti klienta. Počítám s tím, že roli v léčbě hraje jak vzájemný vztah terapeuta a klienta, tak používané terapeutické techniky. *Moji práci můžete hodnotit na www.znamylekar.cz/miroslav-subrt/*
Během vzájemné spolupráce používám určité psychologické metody (např. dotazníky) ke zjišťování aktuálního stavu a postojů klienta a spolu s klientem jejich výsledky reflektuji.
Pracuji pod supervizním vedením zkušenějších odborníků (např. MUDr. Alena Večeřová – Procházková). Některá sezení mohou být po předchozí dohodě s klientem nahrávána kvůli supervizi/sebereflexi terapeuta. Ze sezení si terapeut pořizuje písemný zápis, který pro účely léčby uchovává 2 roky. Psychologická práce je důvěrná v hranicích určených zákonem. S osobními údaji zachází terapeut co nejšetrněji. Terapeut o průběhu a obsahu terapie neposkytuje vyjádření žádným třetím osobám, pokud o tom nerozhodne soud, nebo sdělené informace nespádají pod oznamovací povinnost pro vymezené trestné činy (viz § 367 a § 368 trestního zákoníku).

Pozitiva psychoterapie: Psychoterapie může napomáhat zvládnání psychologických problémů, respektive zdolávání náročných životních situací. Může být pomocným prostředkem osobnostních změn a většího porozumění sobě samému. Také může přispět k úpravě symptomů a vnitřnímu uvolnění.

Negativa psychoterapie: Psychoterapie tím, že se věnuje problematickým obdobím a chvílím klientova života, může být někdy prožívána jako „vrtání“ v citlivých otázkách, což některým klientům není příjemné. Může také přechodně dojít k zhoršení psychického stavu, což je vhodné s terapeutem sdílet.

Terapeutický kontrakt

Délka spolupráce bude dohodnuta ústně a je flexibilní v závislosti na potřebách klienta, případně na terapeutově posouzení, může-li nabízená forma práce klientovi dále pomáhat. Terapeutické setkání trvá obvykle 50 minut, a to běžně ve frekvenci jednou za jeden nebo dva týdny. Omluva ze sezení je možná 24 hodin předem nebo i daný den z důvodu nenadálé nemoci, jinak klient hradí plnou cenu sezení. V případě, že klient nepocítuje setkání jako pomoc, je dobré o tom s terapeutem pohovořit. Jestliže klient uvažuje o ukončení docházení na terapeutická sezení, terapeut preferuje, oznámí-li mu to klient s předstihem, aby mohla být spolupráce společně uzavřena. Terapeut neposkytuje akutní krizovou intervenci: v případě akutní krize a těžkých psychických stavů nabádá klienta k tomu, aby navštívil krizové centrum (např. RIAPS, Chelčického 842/39, Praha 3 – otevřeno nonstop), nebo využil některou z linek důvěry (např. Linka První psychické pomoci, tel. 116 123, po-pá 8:00 až 18:00, zdarma), případně rovnou zavolal záchrannou službu (tel. 155). Terapeut prohlašuje, že se řídí Návrhem etických zásad EAP z roku 1999.

Dne**se na výše zmíněném dohodli, a tak své podpisy připojují:****psychoterapeut Mgr. Miroslav Šubrt a klient/ka _____, roč. nar. _____**